# Sintomas de Infecciones por hongos y Como Curarlas

Los síntomas de las infecciones por hongos pueden ser leves o intensos, usted puede tener solo unos pocos síntomas o puede tener muchos. De cualquier manera los síntomas de las infecciones por hongos son embarazosos, incómodos y sumamente irritantes.

Los síntomas más obvios y los más comunes serían la picazón extrema en y alrededor de la entrada a la vajina. Esto puede empezar como leve y aumentar gradualmente a una picazón extrema que lleva al dolor, ardor, hinchazón y enrojecimiento de la vajina y la vulva.

La vajina puede llegar a ser muy sensible y blanda a cualquier contacto así como en algunos casos puede llegar a sangrar. Un fluido vajinal anormal es otro claro síntoma de una infección por hongos. La descarga es generalmente espesa y de color blanquecino, con una textura similar al queso cottage pero no tienen un edor o le huele.

Dolor o incomodidad durante las relaciones sexuales es otro claro síntoma acompañado de una sensación de ardor al orinar.

Hay tranquilidad de unas cosas que usted puede hacer para prevenir los síntomas de infección por hongos la principal se aborda con cuestiones de dieta. Ya que los hongos o Candida florecen en el azúcar hace de esto tener sentido de privarlo sobre esta fuente de alimentos.

Las investigaciones han demostrado que las mujeres que consumen mucha azúcar o miel adquieren una infección por hongos que las mujeres que comen menos azucares. Consumir azúcar eleva el nivel de glucosa en el torrente sanguíneo, y proporciona un medio ideal para que el hongo florezca.

Para algunas mujeres, incluso los azúcares naturales de las frutas y la leche puede ser un problema. El azúcar es sólo un alimento que proporciona las condiciones adecuadas para el desarrollo de los hongos.

Haz clic aquí para leer todo el Artículo